



SOUPE CHINOISE AU POULET



Ingrédients



- 2 blancs de poulet
- 125g de nouilles chinoise
- 2 carottes
- 6 champ. de Paris
- 1 petit chou Pak Choi
- 1 gousse d'ail
- 1 oignon
- 1L de bouillon de volaille
- 1 c. à s. de maïzena
- 1 c. à s. d'huile de sésame (ou d'olive)
- 1/2 c. à s. de piment
- 1/2 c. à c. de gingembre
- 1/2 c. à s. de vinaigre de riz (ou autre)
- 1 c. à s. de sauce soja

Préparation

- Préparez les ingrédients :
 - Emincez l'ail et l'oignon. Découpez le poulet en lanières.
 - Découpez les carottes en bâtonnets, les champignons en fines tranches et émincez le chou pak choï.
- Faites chauffer l'huile dans un wok ou une cocotte et faites-y revenir le poulet avec l'ail, l'oignon, le gingembre et les légumes, faites revenir quelques minutes.
- Ajoutez le bouillon et laissez cuire de 12 à 15 min.
- Délayez la maïzena avec du bouillon et versez-la dans le plat.
- Ajoutez les nouilles, laissez cuire quelques minutes.
- Assaisonnez à votre goût avec le piment, la sauce soja et le vinaigre et laissez cuire quelques minutes.

